

臺南市立永仁高級中學(國中部)110學年度第一學期八年級(藝術才能專長領域)課程計畫

課程名稱	民族舞	實施年級 (班級組別)	八年級	教學節數	本學期共(42)節				
課程規範	<input checked="" type="checkbox"/> 領域學習課程-部定專長領域 <input checked="" type="checkbox"/> 藝術才能班部定專長領域 <input type="checkbox"/> 體育班部定體育專業 <input checked="" type="checkbox"/> 彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程: <input checked="" type="checkbox"/> 藝術才能班校訂專長領域 <input type="checkbox"/> 體育班校訂體育專業								
設計理念	加強對民族美學及舞蹈風格性的體現，掌握其韻味之美感，傳達其內在精神並展現出中國文化之美。								
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	藝才 J A1 開展藝術潛能，展現個人特質，培養良好藝術學習習慣。 藝才 J A2 關注生活中的藝術議題，運用適當策略，將藝術與生活有效聯結。 藝才 J A3 精進藝術展演相關知能，拓增跨領域的藝術學習經驗，強化創造力與應變力。 藝才 J B3 欣賞各類藝術本質或跨領域的作品，感受其價值，適切融入於個人的藝術創作或展演之中。 藝才 J C2 在藝術相關環境、團隊與人際互動中，具備同理心與觀察力，積極與人協調和合作。								
課程目標	1. 了解中國舞蹈的起源及其類型之區別 2. 學習中國舞身段基本動作及其要點並經由手法與步法的動作組合體會精、氣、神的連貫 3. 認識中國舞蹈所使用道具之類型及其區別劃分 4. 增進學生的組織、反應與表演的能力								
課程架構脈絡									
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習 評量 評量 方式	自編自選 教材 或學習單 使用教具 或器材	
1	08/29-09/04 8/30 開學	2	認識中國舞蹈的起源及其 類型之區別	舞才 IV-C1 舞才 IV-L1	舞才 IV-C1-1 舞才 IV-C1-2 舞才 IV-L1-1	1. 了解中國舞蹈 中的身段及身韻 特色與內涵 2. 認識中國舞蹈 動作與道具間的 運用	認識中國古典舞的發 展近況以及其類型概 述和道具介紹	舞蹈 日記	自編教材
2	09/05-09/11	2	中國舞蹈基本訓練(一)	舞才 IV-P1	舞才 IV-P1-1	1. 了解其呼吸與	1. 扶把	舞蹈	自編教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

				舞才 IV-P2 舞才 IV-K1	舞才 IV-P2-1 舞才 IV-K1-1	身體動作之連結 2. 加強身體軟開	1-1 壓腿 1-2 小蹲組合 1-3 擦地小彈腿組合 2. 中間 2-1 軟開訓練	日記	
3	09/12-09/18	2	中國舞蹈基本訓練(二)	舞才 IV-P1 舞才 IV-P2 舞才 IV-K1	舞才 IV-P1-1 舞才 IV-P2-1 舞才 IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開	1. 扶把 1-1 壓腿 1-2 小蹲組合 1-3 擦地小彈腿組合 2. 中間 2-1 軟開訓練 3. 流動 3-1 手位+碎步組合	舞蹈 日記	自編教材
4	09/19-09/25	2	中國舞蹈基本訓練(三)	舞才 IV-P1 舞才 IV-P2 舞才 IV-K1	舞才 IV-P1-1 舞才 IV-P2-1 舞才 IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強	1. 扶把 1-1 壓腿 1-2 擦地+小蹲組合 2. 中間 2-1 軟開訓練 2-2 肌力訓練 2-3 大踢腿組合 3. 流動 3-1 手位+碎步組合	舞蹈 日記	自編教材
5	09/26-10/02	2	中國舞蹈基本訓練(四)	舞才 IV-P1 舞才 IV-P2 舞才 IV-K1	舞才 IV-P1-1 舞才 IV-P2-1 舞才 IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強	1. 扶把 1-1 壓腿 1-2 擦地+小蹲組合 2. 中間 2-1 軟開訓練 2-2 肌力訓練	舞蹈 日記 實作 評量	自編教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

							2-3 大踢腿組合 3. 流動 3-1 手位+碎步組合		
6	10/03-10/09 10/07-10/08 第一次定期評量	2	中國舞蹈基本訓練(五)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強 4. 訓練身體之核心平衡控制	1. 扶把 1-1 壓腿 1-2 控制 探海、踮燕、控旁腿 2. 中間 2-1 軟開訓練 2-2 肌力訓練 3. 流動 3-1 上步踢腿組合	舞蹈 日記	自編教材
7	10/10-10/16	2	中國舞蹈基本訓練(六)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強 4. 訓練身體之核心平衡控制	1. 扶把 1-1 壓腿 1-2 控制 探海、踮燕、控旁腿、旁及後扳腿 2. 中間 2-1 軟開訓練 2-2 肌力訓練 3. 流動 3-1 上步踢腿組合	舞蹈 日記	自編教材
8	10/17-10/23	2	中國舞蹈基本訓練(七)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強	1. 扶把 1-1 壓腿 1-2 控制 探海、踮燕、控旁腿、旁及後扳腿、大射燕輾轉、前腿拧身	舞蹈 日記	自編教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

						4. 訓練身體之核心平衡控制	輾轉 2. 中間 2-1 軟開訓練 2-2 肌力訓練 3. 流動 3-1 上步踢腿組合		
9	10/24-10/30	2	中國舞蹈基本訓練(八)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強 4. 訓練身體之核心平衡控制	1. 扶把 1-1 壓腿 2. 中間 2-1 軟開訓練 2-2 肌力訓練 2-3 控制組合 3. 流動 3-1 上步踢腿組合 3-2 手位+花傍步組合	舞蹈 日記 實作 評量	自編教材
10	10/31-11/06	2	中國舞蹈基本訓練(九)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 流暢 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強 4. 訓練身體之核心平衡控制	1. 扶把 1-1 壓腿 2. 中間 2-1 軟開訓練 2-2 肌力訓練 2-3 控制組合 2-4 翻身訓練 鶴子翻身、點翻身、吸腿翻身 3. 流動 3-1 上步踢腿組合 3-2 手位+花傍步組合	舞蹈 日記	自編教材
11	11/07-11/13	2	中國舞蹈基本訓練(十)	舞才IV-P1	舞才IV-P1-1	1. 了解其呼吸與	1. 扶把	舞蹈	自編教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

				舞才 IV-P2 舞才 IV-K1	舞才 IV-P2-1 舞才 IV-K1-1	身體動作之連結 流暢 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強 4. 訓練身體之核心平衡控制	1-1 壓腿 2. 中間 2-1 軟開訓練 2-2 肌力訓練 2-3 控制組合 2-4 翻身訓練 鶴子翻身、點翻身、吸腿翻身、探海翻身 3. 流動 3-1 上步踢腿組合 3-2 串翻身	日記	
12	11/14-11/20	2	中國舞蹈基本訓練(十一)	舞才 IV-P1 舞才 IV-P2 舞才 IV-K1	舞才 IV-P1-1 舞才 IV-P2-1 舞才 IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 流暢 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強 4. 訓練身體之核心平衡控制	1. 扶把 1-1 壓腿 2. 中間 2-1 軟開訓練 2-2 肌力訓練 2-3 控制組合 2-4 翻身訓練 鶴子翻身、點翻身、吸腿翻身、探海翻身 3. 流動 3-1 上步踢腿組合 3-2 串翻身	舞蹈 日記	自編教材
13	11/21-11/27	2	中國舞蹈基本訓練(十二)	舞才 IV-P1 舞才 IV-P2 舞才 IV-K1	舞才 IV-P1-1 舞才 IV-P2-1 舞才 IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 流暢 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作	1. 扶把 1-1 壓腿 2. 中間 2-1 軟開訓練 2-2 肌力訓練 2-3 跳躍訓練	舞蹈 日記	自編教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

						<p>力度增強</p> <p>4. 訓練身體之核心平衡控制</p>	<p>小射燕、吸腿跳、大射燕</p> <p>3. 流動</p> <p>3-1 上步踢腿組合</p> <p>3-2 翻身組合</p>		
14	<p>11/28-12/04</p> <p>12/01-02/02</p> <p>第二次定期評量</p>	2	中國舞蹈基本訓練(十三)	<p>舞才IV-P1</p> <p>舞才IV-P2</p> <p>舞才IV-K1</p>	<p>舞才IV-P1-1</p> <p>舞才IV-P2-1</p> <p>舞才IV-K1-1</p>	<p>1. 了解其呼吸與身體動作之連結流暢</p> <p>2. 加強身體軟開</p> <p>3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強</p> <p>4. 訓練身體之核心平衡控制</p>	<p>1. 扶把</p> <p>1-1 壓腿</p> <p>2. 中間</p> <p>2-1 軟開訓練</p> <p>2-2 肌力訓練</p> <p>2-3 跳躍訓練</p> <p>小射燕、吸腿跳、大射燕、蹦子、飛腿、前旁後飛燕</p> <p>3. 流動</p> <p>3-1 上步踢腿組合</p> <p>3-2 翻身組合</p>	<p>舞蹈</p> <p>日記</p>	自編教材
15	<p>12/05-12/11</p>	2	中國舞蹈基本訓練(十四)	<p>舞才IV-P1</p> <p>舞才IV-P2</p> <p>舞才IV-K1</p>	<p>舞才IV-P1-1</p> <p>舞才IV-P2-1</p> <p>舞才IV-K1-1</p>	<p>1. 了解其呼吸與身體動作之連結流暢</p> <p>2. 加強身體軟開</p> <p>3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強</p> <p>4. 訓練身體之核心平衡控制</p>	<p>1. 扶把</p> <p>1-1 壓腿</p> <p>2. 中間</p> <p>2-1 軟開訓練</p> <p>2-2 肌力訓練</p> <p>2-3 跳躍訓練</p> <p>小射燕、吸腿跳、大射燕、蹦子、飛腿、前旁後飛燕</p> <p>3. 流動</p> <p>3-1 上步踢腿組合</p> <p>3-2 翻身組合</p>	<p>實作</p> <p>評量</p>	自編教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

							3-3 跳躍組合		
16	12/12-12/18	2	中國舞蹈基本訓練(十五)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-S2	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-P3-1 舞才IV-K1-1 舞才IV-S2-2	個人或群體之展現能力	1. 軟開組合小品 2. 碎步組合小品 3. 上步踢腿組合小品 4. 翻身組合小品 5. 跳躍組合小品 6. 分組呈現	實作 評量	自編教材
17	12/19-12/25	2	中國舞蹈之道具-絹扇	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-S1 舞才IV-S2	舞才IV-P1-1 舞才IV-P1-2 舞才IV-P2-1 舞才IV-P3-1 舞才IV-K1-2 舞才IV-S1-1 舞才IV-S2-2	1. 了解絹扇的由來及歷史淵源 2. 了解絹扇使用方式 3. 利用絹扇與身段動作之連結發展	分組探討及動作編排	實作 評量	自編教材
18	12/26-01/01	2	中國舞蹈之道具-絹扇	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-S1 舞才IV-S2	舞才IV-P1-1 舞才IV-P1-2 舞才IV-P2-1 舞才IV-P3-1 舞才IV-K1-2 舞才IV-S1-1 舞才IV-S2-2	增進學生的組織、反應與表演的能力	分組探討及動作編排	實作 評量	自編教材
19	01/02-01/08	2	中國舞蹈之道具-絹扇	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-S1 舞才IV-S2	舞才IV-P1-1 舞才IV-P1-2 舞才IV-P2-1 舞才IV-P3-1 舞才IV-K1-2 舞才IV-S1-1 舞才IV-S2-2	增進學生的組織、反應與表演的能力	分組探討及動作編排	實作 評量	自編教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

20	01/09-01/15	2	中國舞蹈之道具-絹扇	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-S1 舞才IV-S2	舞才IV-P1-1 舞才IV-P1-2 舞才IV-P2-1 舞才IV-P3-1 舞才IV-K1-2 舞才IV-S1-1 舞才IV-S2-2	增進學生的組織、反應與表演的能力	分組探討及動作編排	實作 評量	自編教材
21	01/16-01/22 1/18-1/19 第三次定期評量 1/20 修業式	2	小品呈現	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-S1 舞才IV-S2	舞才IV-P1-1 舞才IV-P1-2 舞才IV-P2-1 舞才IV-P3-1 舞才IV-K1-2 舞才IV-S1-1 舞才IV-S2-2	增進學生的組織、反應與表演的能力	分組呈現	實作 評量 影像 錄製	自編教材

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。

臺南市立永仁高級中學(國中部)110 學年度第二學八年級(藝術才能專長領域)課程計畫

課程名稱	民族舞	實施年級 (班級組別)	八年級	教學節數	本學期共(42)節				
課程規範	<input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 領域學習課程-部定專長領域 <input checked="" type="checkbox"/> 藝術才能班部定專長領域 <input type="checkbox"/> 體育班部定體育專業 <input checked="" type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 彈性學習課程-特殊需求領域課程 專業課程: <input checked="" type="checkbox"/> 藝術才能班校訂專長領域 <input type="checkbox"/> 體育班校訂體育專業								
設計理念	加強對民族美學及舞蹈風格性的體現，掌握其韻味之美感，傳達其內在精神並展現出中國文化之美。								
本教育階段 總綱核心素養 或校訂素養	藝才 J A1 開展藝術潛能，展現個人特質，培養良好藝術學習習慣。 藝才 J A2 關注生活中的藝術議題，運用適當策略，將藝術與生活有效聯結。 藝才 J A3 精進藝術展演相關知能，拓增跨領域的藝術學習經驗，強化創造力與應變力。 藝才 J B3 欣賞各類藝術本質或跨領域的作品，感受其價值，適切融入於個人的藝術創作或展演之中。 藝才 J C2 在藝術相關環境、團隊與人際互動中，具備同理心與觀察力，積極與人協調和合作。								
課程目標	1. 了解中國舞蹈的起源及其類型之區別 2. 學習中國舞身段基本動作及其要點並經由手法與步法的動作組合體會精、氣、神的連貫 3. 認識中國舞蹈所使用道具之類型及其區別劃分 4. 增進學生的組織、反應與表演的能力								
課程架構脈絡									
教學期程	節數	單元與活動名稱	學習表現	學習內容	學習目標	學習活動	學習 評量 評量 方式	自編 自選 教材 或學 習單 使用 教具 或器 材	
1	02/06-02/12 2/11 開學	2	中國舞蹈基本訓練(一)	舞才 IV-P1 舞才 IV-P2 舞才 IV-K1	舞才 IV-P1-1 舞才 IV-P2-1 舞才 IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體 動作之連結 2. 加強身體軟開	1. 扶把 1-1 壓腿 1-2 小蹲組合	舞蹈 日記	自編 教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

							前、旁、後單腿 1-3 擦地小彈腿組合 2. 中間 2-1 地面軟開訓練 胸腰 2-2 站姿軟開訓練 大腰		
2	02/13-02/19	2	中國舞蹈基本訓練(二)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開	1. 扶把 1-1 壓腿 1-2 小蹲組合 前、旁、後單腿 1-3 擦地小彈腿組合 2. 中間 2-1 地面軟開訓練 胸腰 2-2 站姿軟開訓練 大腰 3. 流動 3-1 手位+碎步、花傍步	舞蹈 日記	自編 教材
3	02/20-02/26	2	中國舞蹈基本訓練(三)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強	1. 扶把 1-1 壓腿 1-2 擦地+小蹲組合 一位、二位、五位 2. 中間 2-1 軟開組合訓練 2-2 肌力訓練 2-3 大踢腿組合 3. 流動 3-1 手位+碎步、花傍步	舞蹈 日記	自編 教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

4	02/27-03/05	2	中國舞蹈基本訓練(四)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強	1. 扶把 1-1 壓腿 1-2 擦地+小蹲組合 一位、二位、五位 2. 中間 2-1 軟開組合訓練 2-2 肌力訓練 2-3 大踢腿組合 抬腿、撩腿 3. 流動 3-1 手位+碎步、花傍步、雲步	實作 評量	自編 教材
5	03/06-03/12	2	中國舞蹈基本訓練(五)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強 4. 訓練身體之核心平衡控制	1. 扶把 1-1 壓腿組合 1-2 控制組合 踮燕、探海、旁腿、探海翻身 2. 中間 2-1 軟開組合訓練 涮腰、腳柱接後彎腰 2-2 肌力訓練 3. 流動 3-1 手位+上步踢腿組合	舞蹈 日記	自編 教材
6	03/13-03/19	2	中國舞蹈基本訓練(六)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強 4. 訓練身體之核心平	1. 扶把 1-1 壓腿組合 1-2 控制組合 踮燕、探海、旁腿、探海翻身 2. 中間	舞蹈 日記	自編 教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

						衡控制	2-1 軟開組合訓練 涮腰、腳柱接後彎腰 2-2 肌力訓練 3. 流動 3-1 手位+上步踢腿組合		
7	03/20-03/26 3/24-3/25 第一次定期評量	2	中國舞蹈基本訓練(七)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強 4. 訓練身體之核心平衡控制	1. 扶把 1-1 壓腿組合 1-2 控制組合 踮燕、探海、旁腿、後拔腿、探海翻身 2. 中間 2-1 軟開組合訓練 涮腰、腳柱接後彎腰 2-2 肌力訓練 3. 流動 3-1 手位+上步踢腿組合	舞蹈 日記	自編 教材
8	03/27-04/02	2	中國舞蹈基本訓練(八)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強 4. 訓練身體之核心平衡控制	1. 扶把 1-1 壓腿組合 2. 中間 2-1 軟開組合訓練 涮腰、腳柱接後彎腰 2-2 肌力訓練 2-3 控制組合 踮燕、探海、旁腿、後拔腿、探海翻身 3. 流動 3-1 手位+上步踢腿+碎步組合	舞蹈 日記	自編 教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

9	04/03-04/09	2	中國舞蹈基本訓練(九)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結流暢 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強 4. 訓練身體之核心平衡控制	1. 扶把 1-1 壓腿組合 2. 中間 2-1 軟開組合訓練 涮腰、腳柱接後彎腰 2-2 肌力訓練 2-3 控制組合組合 2-4 翻身組合訓練 點翻身、吸腿翻身 3. 流動 3-1 手位+上步踢腿+碎步組合	實作 評量	自編 教材
10	04/10-04/16	2	中國舞蹈基本訓練(十)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結流暢 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強 4. 訓練身體之核心平衡控制	1. 扶把 1-1 壓腿組合 2. 中間 2-1 軟開組合訓練 2-2 肌力訓練 2-3 控制組合 2-4 翻身組合訓練 3. 流動 3-1 平轉訓練 3-2 串翻身	舞蹈 日記	自編 教材
11	04/17-04/23	2	中國舞蹈基本訓練(十一)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結流暢 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強 4. 訓練身體之核心平衡控制	1. 扶把 1-1 壓腿組合 2. 中間 2-1 軟開組合訓練 2-2 肌力訓練 2-3 控制組合 2-4 翻身組合	舞蹈 日記	自編 教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

							3. 流動 3-1 平轉訓練 3-2 串翻身		
12	04/24-04/30	2	中國舞蹈基本訓練(十二)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結流暢 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強 4. 訓練身體之核心平衡控制	1. 扶把 1-1 壓腿組合 2. 中間 2-1 軟開組合訓練 2-2 肌力訓練 2-3 小跳組合 單腿變身、雙晃手射燕、順風旗射燕、托按手射燕 3. 流動 3-1 平轉+單腿射燕跳 3-2 翻身組合 點步翻身、吸腿翻身、串翻身	舞蹈 日記	自編 教材
13	05/01-05/07	2	中國舞蹈基本訓練(十三)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體動作之連結流暢 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量使其動作力度增強 4. 訓練身體之核心平衡控制	1. 扶把 1-1 壓腿組合 2. 中間 2-1 軟開組合訓練 2-2 肌力訓練 2-3 風火輪訓練 2-4 小跳組合 單腿變身、雙晃手射燕、順風旗射燕、托按手射燕 3. 流動 3-1 平轉+單腿射燕跳	舞蹈 日記	自編 教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

							3-2 翻身組合 點步翻身、吸腿翻身、 串翻身		
14	05/08-05/14 05/10-05/11 第二次定期評量 5/14-5/15 會考	2	中國舞蹈基本訓練(十四)	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P2-1 舞才IV-K1-1	1. 了解其呼吸與身體 動作之連結流暢 2. 加強身體軟開 3. 強化身體肌肉之力量 使其動作力度增強 4. 訓練身體之核心平衡 控制	1. 扶把 1-1 壓腿組合 2. 中間 2-1 軟開組合 2-2 肌力訓練 2-3 風火輪訓練 3. 流動 3-1 射燕小跳組合 單腿變身、雙晃手射 燕、順風旗射燕、托按 手射燕 3-2 大跳組合 變身吸腿跳、倒踢紫金 冠、大射燕跳	實作 評量	自編 教材
15	05/15-05/21	2	中國舞蹈之道具-長綢	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-P3 舞才IV-K1 舞才IV-S1 舞才IV-S2	舞才IV-P1-1 舞才IV-P1-2 舞才IV-P2-1 舞才IV-P3-1 舞才IV-K1-2 舞才IV-S1-1 舞才IV-S2-2	1. 了解長綢的由來及 歷史淵源 2. 了解長綢使用方式 3. 利用長綢與身段動 作之連結發展	分組探討及動作編排	實作 評量	自編 教材
16	05/22-05/28	2	中國舞蹈之道具-長綢	舞才IV-P1 舞才IV-P2 舞才IV-P3 舞才IV-K1	舞才IV-P1-1 舞才IV-P1-2 舞才IV-P2-1 舞才IV-P3-1	增進學生的組織、反 應與表演的能力	分組探討及動作編排	實作 評量	自編 教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

				舞才 IV-S1 舞才 IV-S2	舞才 IV-K1-2 舞才 IV-S1-1 舞才 IV-S2-2				
17	05/29-06/04	2	中國舞蹈之道具-長綢	舞才 IV-P1 舞才 IV-P2 舞才 IV-P3 舞才 IV-K1 舞才 IV-S1 舞才 IV-S2	舞才 IV-P1-1 舞才 IV-P1-2 舞才 IV-P2-1 舞才 IV-P3-1 舞才 IV-K1-2 舞才 IV-S1-1 舞才 IV-S2-2	增進學生的組織、反應與表演的能力	分組探討及動作編排	實作 評量	自編 教材
18	06/05-06/11 6/07 畢業典禮	2	中國舞蹈之道具-長綢	舞才 IV-P1 舞才 IV-P2 舞才 IV-P3 舞才 IV-K1 舞才 IV-S1 舞才 IV-S2	舞才 IV-P1-1 舞才 IV-P1-2 舞才 IV-P2-1 舞才 IV-P3-1 舞才 IV-K1-2 舞才 IV-S1-1 舞才 IV-S2-2	增進學生的組織、反應與表演的能力	分組探討及動作編排	實作 評量	自編 教材
19	06/12-06/18	2	中國舞蹈之道具-長綢	舞才 IV-P1 舞才 IV-P2 舞才 IV-P3 舞才 IV-K1 舞才 IV-S1 舞才 IV-S2	舞才 IV-P1-1 舞才 IV-P1-2 舞才 IV-P2-1 舞才 IV-P3-1 舞才 IV-K1-2 舞才 IV-S1-1 舞才 IV-S2-2	增進學生的組織、反應與表演的能力	分組探討及動作編排	實作 評量	自編 教材
20	06/19-06/25	2	中國舞蹈之道具-長綢	舞才 IV-P1 舞才 IV-P2 舞才 IV-P3 舞才 IV-K1	舞才 IV-P1-1 舞才 IV-P1-2 舞才 IV-P2-1 舞才 IV-P3-1	增進學生的組織、反應與表演的能力	分組探討及動作編排	實作 評量	自編 教材

C6-1-1 藝術才能專長領域暨體育班體育專業領域課程計畫(國中小新課綱版-部定+校訂)

				舞才 IV-S1 舞才 IV-S2	舞才 IV-K1-2 舞才 IV-S1-1 舞才 IV-S2-2				
21	06/26-07/02 6/28-6/29 第三次定期評量 06/30 修業式	2	小品呈現	舞才 IV-P1 舞才 IV-P2 舞才 IV-P3 舞才 IV-K1 舞才 IV-S1 舞才 IV-S2	舞才 IV-P1-1 舞才 IV-P1-2 舞才 IV-P2-1 舞才 IV-P3-1 舞才 IV-K1-2 舞才 IV-S1-1 舞才 IV-S2-2	增進學生的組織、反應與表演的能力	分組呈現	實作 評量 影像 錄製	自編 教材

◎教學期程以每週教學為原則，如行列太多或不足，請自行增刪。